

VISUOMENĖS SVEIKATOS PRIEŽIŪROS FUNKCIJŲ VYKDYMO TAURAGĖS RAJONO SAVIVALDYBĖS TERITORIJOJE ATASKAITA 2015 M.

Visuomenės sveikatos stiprinimo veikla savivaldybės teritorijoje

Sveikatingumo mankštos bendruomenėse (dalyvavimas Pasaulinėje judėjimo savaitėje 2015 m. rugsėjo 14 – 19 d.):

„Aušros“ (6 dalyviai), „Tauragės Jovarų“ (15 dalyvių), Tauragės senjorų III-ojo amžiaus universiteto studentams (17 dalyvių), „Tarailių ratas“ (17 dalyvių), Skaudvilės (16 dalyvių), „Taurų“ – čia organizuoti judrūs žaidimai vaikams Sporto šventėje (50 vaikų). Iš viso 6 renginiuose dalyvavo 121 dalyvis.

Paskaita apie fizinio aktyvumo naudą ir taisyklingą judėjimą (lektorius E. Valskis) Tauragės senjorų III-ojo amžiaus universiteto studentams (17 dalyvių). Tikslas – suaktyvinti dalyvius mankštintis, atkreipiant dėmesį į pagrindinius fizinio aktyvumo principus, kvėpavimą.

Pasaulinė košės diena rajono mokyklose (2015 m. spalio 9 d.): 1031 pradinukas ir 180 mokyklų darbuotojų (iš viso – 1211 dalyvių).

Tikslas - supažindinti mokinius su sveikos mitybos principais, paskatinti sąmoningai rinktis maistingus pusryčius ir užkandžius.

Paskaitos „Ir maistas, ir vaistas“ (2015-11-19) lektorius Virgilijus Skirkevičius Eidintų ir Tauragės miesto bendruomenėms perskaitė 2 paskaitas (169 dalyviai). Tikslas – supažindinti su pagrindiniais vaistažolių vartojimo ir mitybos ypatumais.

Šiaurietiško ėjimo užsiėmimai (2015 m. spalio 24-30 d., instruktorius S. Bagdonas).

Tikslas – supažindinti Tauragės gyventojus su šiaurietišku ėjimu, apmokyti juos ėjimo technikos, padidinti gyventojų fizinį aktyvumą bei populiarinti šiaurietišką ėjimą kaip laisvalaikio leidimo, bendravimo ir sveikatos stiprinimo priemonę, tinkančią bet kokio amžiaus žmonėms. Užsiėmimai vyko Taurų nuotykių parke (iš viso 50 dalyvių).

Šiaurietiško ėjimo žygis (2015 m. spalio 24 d. – 5 km.)

Tikslas – praktiškai įtvirtinti mokymų metu gautas žinias apie šiaurietiško ėjimo techniką, išsiaiškinti žygio dalyvių dažniausiai daromas šiaurietiško ėjimo technikos klaidas ir jas koreguoti, kad žmonės galėtų mankštintis savarankiškai ir taisyklingai. Tuo pačiu stiprinta ir psichinė sveikata – žygio metu dalyviai ne tik sportavo, bet patenkino ir bendravimo poreikį, susipažino su Tauragės apylinkėmis, mėgavosi geru oru ir gražia rudeniška gamta (21 dalyvis).

Šokio ir judesio terapija senjorams (Solo Latino užsiėmimai) (2015 m. lapkričio 10 d. – 2016 m. sausio 7 d.).

Užsiėmimai vyko Tauragės Švč. Trejybės parapijos namų salėje, antradieniais ir ketvirtadieniais. Tikslas – parodyti visuomenei kuo įvairesnį fizinio aktyvumo būdų spektrą, sudominti, supažindinti su pagrindiniais Lotynų Amerikos šokiais bei paskatinti būti fiziškai aktyviems. Projektas orientuotas į labiau socialiai pažeidžiamą visuomenės grupę - senjorus (skirtas asmenims nuo 50

metų amžiaus), todėl tikėtina, kad kartu prisidės ir prie visuomenės sveikatos priežiūros paslaugų netolygumų mažinimo.

Iš viso dalyvavo 438 dalyviai.

Suaugusiųjų mokymo savaitės renginiai (2015-11-22).

Biuras aktyviai įsijungė į visoje Lietuvoje vykstančius Suaugusiųjų mokymo savaitės renginius ir J. Viktoro Kalvano parke organizavo sveikatingumo mankštą su juoko terapija (vedė E. Valskis,) ir šiaurietiško ėjimo mokymus (instruktorius S. Bagdonas). Iš viso dalyvavo 22 dalyviai.

Sekmadieninės mankštos (2015 m. lapkričio – gruodžio mėnesiais kiekvieną sekmadienį).

Mankštos vyko J. Viktoro Kalvano parke. Tikslas – supažindinti su esminiais mankštos ir taisyklingo kvėpavimo mankštinantis principais, išmokyti fizinių pratimų, kuriuos užsiėmimų dalyviai vėliau galėtų savarankiškai atlikti namuose. Mankštoms pasirinktas parkas miesto centre, kur vyksta didelis pėsčiųjų judėjimas, tokiu būdu siekiant sudominti praeivius šiais užsiėmimais. Iš viso dalyvavo 78 dalyviai.

Iš viso Tauragės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro organizuojamuose renginiuose 2015 m. rugsėjo – gruodžio mėn. dalyvavo 2127 dalyviai.

Straipsniai, interviu ir teikta informacija apie Tauragės VSB veiklą žiniasklaidoje:

„Košės diena: vienu metu pusryčiaus per tūkstantį Tauragės pradinukų“ – laikraštyje Tauragės kurjeris (2015-10-07) <http://www.kurjeris.lt/Desertas/Mano-sveikata/Koses-diena-vienu-metu-pusryciaus-per-tukstanti-Taurages-pradinuku>

Tauragės radijo interviu apie Pasaulinės košės dieną (2015-10-08).

Straipsnis laikraštyje „Tauragės kurjeris“ „Košės dieną vaikai pažadėjo: košę valgys kasdien“ (2015-10-16).

Interviu Tauragės radijo laidoje „Dienos svečias“ (2015-11-06) apie Biuro veiklos sritis, organizuojamus renginius, sveikos mitybos pagrindus, fizinį aktyvumą.

Informacija laikraštyje „Tauragės žinios“ apie Tauragės VSB organizuotą lektoriaus V. Skirkevičiaus paskaitą Eidintų bendruomenėje (2015-11-27).

Straipsnis laikraštyje „Tauragės kurjeris“ „Judėjimo džiaugsmą dovanoja šokis“ - apie Tauragės VSB organizuojamus Solo Latino užsiėmimus (2015-11-15).

Pranešimai, diskusijos:

2015-08-27 skaitytas pranešimas apie Tauragės rajono mokinių sveikatą ir visuomenės sveikatos priežiūros aktualijas konferencijoje, vykusioje Tauragės rajono savivaldybėje. Konferencija skirta 2009-2014 m. Norvegijos finansinio mechanizmo programos Nr. LT11 „Visuomenės sveikatai

skirtos iniciatyvos“ priemonės „Sveikatos priežiūros paslaugų teikimo Tauragės, Pagėgių ir Plungės rajonų mokyklose ir ikimokyklinio ugdymo įstaigose gerinimas“ viešinimui.

<http://www.taurage.lt/index.php?1996942813>

2015-012-01 diskusija Tauragės probacijos tarnyboje su jaunimu apie AIDS.

Dalyvavimas komisijose ir darbo grupėse:

2015-09-16 komisijos darbe dėl buto Tauragėje, Dariaus ir Girėno g. 38-67 priešgaisrinei ir higienos būklei nustatyti (komisijos narė);

2015-11-25 mokinių, mokytojų ir visuomenės sveikatos priežiūros specialistų konkurso „Sveikuolių sveikuoliai“ (komisijos pirmininkė);

2015-12-20 Tauragės sveikuolių klubo „Harmonija“ 25-mečio jubiliejaus paminėjimo „Sveiko maisto“ šventė (patiekalų vertinimo komisijos narė).

Visuomenės sveikatos stebėseną:

Vykdamas visuomenės sveikatos stebėseną, sistemingai renkami ir kaupiami Tauragės rajono gyventojų sveikatos būklės ir jai įtakos turinčių veiksnių kitimo duomenys bei rodikliai, analizuojami ir vertinami jų pokyčiai. Atlikta visuomenės sveikatos stebėsenos ataskaita ir duomenų analizė.

Informaciją parengė

Daiva Genienė

Tauragės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro direktorė